



Liebe KundInnen,

Von uns selber sind zurzeit: Kopfsalate, Schnittsalat, Kohlrabi, Kräuter, Knoblauchstangen, Mangold, Weißkraut, Staudensellerie, Gurken, Erdbeeren, Rote Rüben, Fenchel, Zwiebelbund und Rettich

Diese Woche empfehlen wir

Staudensellerie mit Zwiebel-Olivensauce

Zutaten: für ca. 2 Portionen als Vorspeise oder Beilage

300g Staudensellerie, 3 mittelgroße Zwiebeln, 4 große Knoblauchzehen, 150g grüne Oliven (am besten schon entsteint), 1 Bund Petersilie, 3 EL Tomatenmark, 4 EL halbtrockener Weißwein, 1 ½ EL Paniermehl, Salz und Pfeffer, 3EL Öl, 50g Butter;

Zubereitung:

Den Staudensellerie putzen, in längere Stücke schneiden und in leicht gesalzenem Wasser 10-15 Minuten kochen, bis er weich, aber noch bissfest ist. Warm stellen.

Die Zwiebeln in Ringe schneiden, den Knoblauch und die Petersilie fein hacken. Die Oliven in Scheiben schneiden.

Öl und Butter in der Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin anbraten. Den Knoblauch kurz mitschwitzen lassen. Dann Paniermehl, Oliven und gehackte Petersilie dazugeben und alles vermischen.

Tomatenmark hinzugeben und kurz anrösten, anschließend mit dem Wein angießen. Die Sauce ca. 4 Minuten köcheln lassen und nach Geschmack würzen.

Den Sellerie mit der Sauce übergießen und servieren. Dazu passen Butterkartoffeln oder Salzkartoffeln in Butter geschwenkt.

Einen guten Appetit und eine schöne Woche wünscht das avantiandi -Team!